

# Energievormen

## Zwaarte-energie en bewegingsenergie

**Bij een sprong worden verschillende energievormen in elkaar omgezet.**

Als je tegen de zwaartekracht in omhoog wilt gaan, dan moet je arbeid verrichten. En dat kun je bijvoorbeeld doen door omhoog te springen. Als je springt, dan geef je jezelf met je spieren eerst snelheid, dus bewegingsenergie. Die bewegingsenergie wordt bij de sprong omgezet in zwaarte-energie. Zodra je het hoogste punt hebt bereikt, gaat de zwaarte-energie weer over in bewegingsenergie en je valt weer naar beneden.